

# 足腰まりの



ご来場の皆さまに  
熊本健康・体づくりセンター  
500円券進呈  
(初めてご利用の方に限ります)



13:30 ~ 14:00

「ゆったり養生の勧め」

熊本健康・体づくりセンター センター長

熊本機能病院 副院長

高橋修一郎

14:00 ~ 14:30

足と腰を元気に保つための  
筋力アップトレーニング



14:40 ~ 14:50

足腰元気度チェック！

簡単な動作で、足腰の元気度が分かります

15:00 ~ 15:30

足腰に負担の少ない歩き方



13:30 ~ 15:30

足腰に優しいリハビリシューズ 販売会  
種類も豊富に準備しています！



血圧測定・健康相談

栄養補助食品試食コーナー

雪印プラチナミルク/森永リハタイムゼリー



防ぎたい！！寝たきりにつながる骨折  
骨密度測定 (要申込\*先着 15名)

ご希望の方はお電話ください！

096-345-8111

内線7771 (平日 8:30 ~ 17:00)



平成29年

12月9日 土曜日

13時30分 ~ 15時30分

熊本機能病院 地域交流館 一帯

